

L'échauffement peut, en tout temps, être devancé jusqu'à l'heure d'arrivée des athlètes.

Version 2

SAMEDI 17 DÉCEMBRE 2022

SESSION 1

CATÉGORIE	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ÉCHAU DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
N9 15+ (23)	7:30	7:45 - 8:05	8:05 - 9:13	9:15 - 12:05	12:20
N10 16+ (7)		20 minutes	16 min / rot.	40 min/rot.	
Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Viagym (1)	Laval Excellence (3)	Saguenay (1)	Saguenay (1)	Gadbois (2)
BARRES	Gym-Plus (1)	Gym-Plus (3)	Campiagile (1)	Qc Perfo (2)	Qc Perfo (1)
POUTRE	Unigym (2)	Halifax (1)	Shergym (1)	Gymnix (4)	
SOL	Gymnacentre (1)	Gymnacentre (1)	Gym TRM (2)	Imagym (2)	Gym-Fly (1)

PAUSE DES OFFICIELS - 12H05 À 13H45

SAMEDI 17 DÉCEMBRE 2022

SESSION 2

CATÉGORIE	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ÉCHAU DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
N9 15+ (23)	11:45	12:15 - 12:35	12:35 - 13:43	13:45 - 16:35	16:55
N10 16+ (8)		20 minutes	16 min / rot.	40 min/rot.	
Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymnamic (7)	Réflexes (1)			
BARRES	Gym Express (1)	Envol de Lévis (2)	Envol de Lévis (3)	Gymini (2)	
POUTRE	Zénith (3)	Gymnika (2)	Dynamix (2)	Dynamix (1)	
SOL	Wimgym (3)	Wimgym (3)	Équilibrix (1)	Halifax (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 16H35 À 18H15

SAMEDI 17 DÉCEMBRE 2022

SESSION 3

CATÉGORIE	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ÉCHAU DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
HP (19)	16:15	16:45 - 17:15	17:15 - 18:10	18:15 - 20:05	20:20
N - JR - SR		30 minutes	13 min / rot.	25 min/rot.	
Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymnix (1)	Gym-Richelieu (2)	Unigym (1)	Gym-Richelieu (1)	
BARRES	Wimgym (2)	Wimgym (3)			
POUTRE	Gymnix (1)	Halifax (1)	Laval Excellence (1)	Gym-Fly (1)	Gym-Fly (1)
SOL	Wimgym (4)	Wimgym (1)			

SOL - WIMGYM		BARRES - WIMGYM	
Fausto	Gabrielle Elise	Brunetti-Burns	Cristella
Fleury	Victoria	Cadrian	Zoé
Fontaine	Lia-Monica	Metz	Éléna
Tsapraillis	Zoe		

DIMANCHE 18 DÉCEMBRE 2022

SESSION 4

CATÉGORIE	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ÉCHAU DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
N10 12-15 (11)	7:15	7:30 - 7:50	7:50 - 8:50	8:55 - 11:05	11:20
N9 11-14 (8)		20 minutes	14 min / rot.	30 min/rot.	
Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gym-Plus (1)	Qc Performance (1)	Gadbois (1)	Gadbois (2)	
BARRES	Unigym (1)	Unigym (2)	Dynamix (1)		
POUTRE	Réflexes (1)	Gym-Richelieu (1)	Gym TRM (1)	Gymnix (1)	Shergym (1)
SOL	Équilibrix (5)	Wimgym (1)	Gym-Fly (1)		